

いつもの暮らしに笑顔をプラスする隈病院の季刊情報誌

Kuma^{プラス}+

2017
SUMMER

vol.7



表紙の写真は
神戸のどこかの場所だよ
わかるかな?
答えは12ページに!

Kuma
HOSPITAL



- 2 特集 エアコンに負けな! 夏をもっと心地よく
- 4 Doctors File 麻酔科 科長 三川 勝也
採血・検査の際の服装についてお願い
- 6 隈病院の 簡単レシピ
- 8 神戸の「楽しい」歩き方 かわいい古本屋さん
- 10 神戸の「おいしい」歩き方 定番おやつ、人気の秘密
- 12 元町・三宮MAP
- 14 イベントガイド | 皆様からのご意見 | 12星座占い

リラックスして
毎晩快眠

足湯



夏のおしゃれに欠かせないサンダルなどを履くと、どうしても冷たくなりがち。忙しくて湯船に浸かれないときや、寝苦しくてエアコンが必要な夜は、眠る前に足元だけでも温めてみましょう。

(ベッドタイムに) ミントの足湯

ドラッグストアなどで購入できるハッカ油を使った清涼感たっぷりの足湯で、1日の疲れを癒しましょう。ハッカはミントの一種で、メントール由来のスッキリとした爽快感は夏の定番ですね。ミントやハッカは、料理や食料品、日用品に使われるほか、アロマオイルやハッカ油(ミントオイル)に加工され、アロマセラピーや虫除けなどに用いられます。

夏の夜におすすめしたいミントの足湯レシピは、普段使いのカラーバケツやたらいなどにお湯を張り、ハッカ油2,3滴を垂らして混ぜるだけ。好んでバスソルトや天然塩をプラスすれば発汗効果も。

ポイント1

鉢で小さなミントを育てて葉っぱを浮かべても涼しげです



ポイント2

お湯の温度はお風呂のお湯と同じくらいの心地よい温度(40℃前後)がおすすめ。水温の低下やのぼせ防止のために15~20分を目安に切り上げましょう

リフレッシュで
効率UP

ストレッチ



動きの少ない仕事や移動中など、屋内で体が冷えてしまったら、軽く体を動かしてみましょう。簡単な動きのストレッチでも、体が温かくなりますよ。

(どこでもできる) 手首のストレッチ



両手を合わせ、右手の手のひらで左手の指先を押すように数秒間反対側へ反らす



右手も同様に、気持ちが良い程度に繰り返す

アレンジ1

指先を上に向けて手のひらと腕を前方に突き出し、反対側の手で指先を手前へ引き寄せるように押すと、手首と腕の内側のストレッチに♪

アレンジ2

腕を前方に突き出し、手のひらが手前側に向くように手首を曲げ、反対側の手で指先を手前へ引き寄せるように押すと手首と腕の外側のストレッチに♪

夏をもっと心地よく

エアコンに負けない!!

日差しが照りつける屋外とは対照的に、しっかりきいたエアコンが時には寒いぐらいの夏の屋内。場所によってめまぐるしく変化する気温は、現代人ならではの悩みともいえますね。特に、オフィスでの座り仕事などで体を動かす機会が少ないと、芯まで冷えてしまうこともしばしば...今回は、家事の合間やお仕事中等でも気軽に取り入れられる夏のエアコン対策を紹介。ひと工夫をプラスして、“夏の温”を楽しんでみませんか?



おいしく
あったまる

ショウガ



独特の香りとピリリとした辛味で体がポカポカになるショウガ。昔から食中毒防止のため、お寿司と一緒に食べられていることからわかるように抗菌作用や抗酸化作用があり、

古くから親しまれてきた食材のひとつです。寒い時期にたくさん食べるイメージですが、6月~8月は新ショウガの季節。旬のおいしいショウガで、暑い夏を乗り切りましょう。

(持ち運びやすい) 自家製ショウガパウダーをつくらう



1 皮がついた根ショウガを洗って3mm程にスライス



2 ザルに並べて約1~2日カラカラになるまで天日干しにする



3 ミキサーにかけてできあがり

(夏のほっこりおやつタイムに) ショウガとリンゴのホットドリンク

【材料】 リンゴ.....1/2個
ショウガパウダー...好みの量
葛粉.....大さじ1
水.....1/2カップ
ハチミツ.....適量

【作り方】 ①分量外の水適量で葛をしっかりと溶かしておく
②すりおろしたリンゴとショウガパウダー、水を鍋に入れ中火で加熱
③②に①を入れてとろみがでるまでよく混ぜ、ハチミツを加えたらできあがり

毎日の習慣を大切に

恐竜に遭遇したら・・・？

神戸で育ち、非常勤のときを含めると約10年間隈病院に勤務しています。インドア派で、オフの時間はいつもインターネットやテレビなどでいろいろなジャンルの最新情報をキャッチしています。私が昔から関心を持っている恐竜の生態などは、最先端の研究や発見により情報が常に更新されていきます。例えば、映画「ジュラシック・パーク」シリーズの恐竜は、最新の研究に基づいて厳密に再現されているんですよ。恐竜の走るスピードや外見は、シリーズを通して変化していて最大の見所でもあります。

もしティラノサウルスが現れたら？と想像することがありますが、90年代には時速約50kmとされた走る速度は、00年頃には時速約20kmと考えられるようになりました。つまり、00年

の研究によれば、遠くにいるティラノサウルスからは逃げ切れることになりません。

神戸、自慢の風景

神戸の魅力のひとつに、夜景があります。六甲山まで登ると大阪の方まで見渡せますが、摩耶山 掬星台は標高約700mとちょうど良い高さです。おすすめのスポットです。夏の神戸の夜景は格別なので、少し足を延ばして掬星台へ行ってみてはいかがでしょうか？特に、日没時刻の15分後くらいは夕焼け空と夜空が混ざり合い、とても美しい時間ですよ。

よく笑い、よく歩こう

麻酔科医として患者の皆様にお伝えしたいことは、同じ病気でもさまざまなケースがあるので、報道などでよく耳にする言葉に惑わされて必要以上に怖

がったり、落ち込んだりすることはないということ。そして、よく笑い、よく歩き、高脂肪食を控えて毎日の生活習慣に気を配りましょう。免疫力活性には笑うことが有効という報告があります。私は、漫才などのお笑い芸も大好きなのですが、実はこういったコメディを見て笑うことや、口角を上げる体操にも同様の効果があるとされています。分速約70mを目安に毎日1時間程度のウォーキングも、健康な生活のためにおすすめしたい習慣です。心地よく感じるくらいの早歩きが効果的です。今日でできることから始めて、日常の習慣を大切にしてくださいませよう。



みかわ かつや
 麻酔科 科長 **三川 勝也**
Doctor Profile
 1985年神戸大学医学部卒。1990年神戸大学大学院修了。2009年より隈病院麻酔科常勤。麻酔科専門医。

採血・検査の際の服装についてのお願い

隈病院では、診断を迅速に行い、患者の皆様の来院および料金の負担を軽減するために、なるべく1日のうちに診察・検査・検査結果通知・処方までを行う診察スタイルを採用しています。そのため、お待ちいただく時間が長くなってしまってもございます。

少しでもスムーズに診察・採血・検査を受けていただくため、着物やワンピースなどは避けて、脱ぎ着しやすい服装でお越しいただくようご協力をお願いします。

〈採血時の服装について〉

上着(羽織)を着ていらっしゃる方は、脱いでいただくか腕まくりしやすいようにご準備をお願いします。

〈頸部超音波検査時の服装について〉

首にゼリーを塗って検査しますので、服は首元の開いた(なるべく鎖骨まで見える)服装をお願いします。

ハイネックなど首の詰まった服、襟元が伸びにくい素材の服は、脱いでいただく場合があります。

また、ネックレスなど首元の装飾品や大きなイヤリング・ピアスも事前に外してください。



隈病院 おしゃべり会

日程	毎月第3土曜
時間	午前10時～午後2時
場所	1階防災センター横の「セミナー室」

毎月1回、ボランティアスタッフによる「隈病院おしゃべり会」を開催しています。治療のことや日常生活の不安、悩みのほか趣味など色々なことを話してみませんか？一人で頑張りすぎないで、一緒にしゃべりましょう。
 入退室自由なので、待ち時間の合間にもお気軽にお立ち寄り下さい。

隈病院おしゃべり会のボランティアスタッフも隈病院の患者様です。治療や手術のことなどお気軽に相談してくださいませ。

隈病院の

簡単レシピ

SUMMER



〈レシピ提供〉
管理栄養士
ひらの みほ
平野 美保

【今回のテーマ】

たっぷり野菜で
おいしい夏を楽しもう

強い日差しで、食欲がなくなりがちな時期こそしっかりと栄養を摂りたいものですね。夏にいちばんおいしくなる野菜を取り入れて暑い季節をおいしく楽しみましょう。

「フリッタータ」は、タルト

生地を省いたキッシュに似た卵料理です。栄養価の高い卵に野菜やベーコン、乳製品のリッチな味わいが食欲をそそります。ほうれん草に含まれる鉄分は貧血予防に、カリウムはむくみ改善に役立ちます。冷やしてもおいしいので、作り置きにもおすすめです。

ナスとトマトは水分が多くて食べやすく、夏バテ防止に有効な栄養が豊富な野菜です。大葉の良い香りを生かしたドレッシングでサラダにすれば、暑さでつらいときでもたくさん食べられて夏バテ対策にぴったり。今回のレシピは、ヨウ素制限中の方でも材料置きかえなしで食べられます。

フリッタータ(イタリア風オムレツ)

熱量 約192kcal	塩分 約0.8g	脂質 約15.5g	タンパク質 約9.5g
----------------	-------------	--------------	----------------

(1人分)

材料(2人分)

卵	2個
牛乳	大さじ2
生クリーム	10ml
塩	少々
コショウ	少々
バター	6g
ベーコン	2枚
ほうれん草	1/2束

作り方

- 1 ベーコンを5mm幅に、ほうれん草は洗って2~3cmにカットする
- 2 卵を割り、牛乳・生クリーム・塩・コショウを入れて混ぜる
- 3 フライパンにバターを溶かしベーコンを炒め、ほうれん草を加えしんなりしたら卵液を入れざっくり混ぜ、ふたをして弱火で10分程度蒸し焼きにする
- 4 表面が固まったら皿やふたにあげて裏返し、フライパンに戻して余熱で1~2分蒸らす
- 5 まな板に出し、粗熱がとれたらカットして盛り付ける

揚げナスとトマトのサラダ

熱量 約82kcal	塩分 約0.6g	脂質 約5.1g	タンパク質 約1.2g
---------------	-------------	-------------	----------------

(1人分)

材料(2人分)

ナス	1本
トマト	1個
オクラ	2本
揚げ油	適量
大葉	2枚

作り方

- 1 トマトを6~8等分のくし型に切り、さらに3~4等分の乱切りにする
- 2 オクラは塩(分量外)を付けた手でこすり熱湯でさっとゆで冷水で色止めをし、1cm幅にカットする
- 3 ナスは長さ3~4等分、縦6~8等分にして水にさらし、アク抜きをしてペーパーなどで水気をよく取り、深さ1cmくらいの揚げ油(約170℃)で素揚げする
- 4 大葉は洗って軸を除き、みじん切りにしてAの青じそドレッシングの調味料と一緒に混ぜる
- 5 ④に揚げナスを加えて味をなじませ、トマトと和えて盛り付け、オクラを散らしてできあがり

A

白ワインビネガーまたは酢	大さじ1/2
薄口しょうゆ	大さじ1/2
砂糖	小さじ1
塩	少々



ポイント
オクラの下ごしらえには、表面の産毛を減らして口当たりを良くする効果があります。

ポイント
小さなフライパンを使うと高さを出しやすく、見栄えが良くなります。

フードスタイリスト ともながあきよ

神戸の街には素敵な場所がいっぱい
たくさん歩いて見つけよう

かわい〜い♪ 古本屋さん



A

小さな階段の先の秘密基地

1003
せんさん



レモンイエローのドアをくぐって階段を上がると、明るい陽差しとグリーンが印象的な居心地の良い空間が広がる。女性オーナーらしい繊細さでセレクトされた書棚には、古書の他にリトルプレスやZINE、個人が製作する小部数の本や雑誌が並ぶ。特に「食やお酒にまつわる書籍はいつ行っても新しい驚きと発見の連続で、食いしん坊必見の品揃え。剥がれたペンキが味のある古いドアをロムして作られたテーブルや立派なレコードプレイヤーなど、思わず見入ってしまう内装も楽しみのひとつ。

B

乙女心を詰め込んだ
ハニカムボックス
honeycombBOOKS*



ハチミツのように甘いものでいっぱいのお店を、と2008年にオープン。国内外の絵本、手芸、暮らし、料理の本などがずらり。子どものころ大好きだった絵本や、夢中になって読んだ児童文学にめぐり会えたりと、懐かしくてあたたかい気持ちになれる。作家によるアクセサリーや雑貨なども所狭しと置いてあり、乙女心をくすぐる空間。

C

コーヒーマシーンに世界旅行を
エメラルドボックス

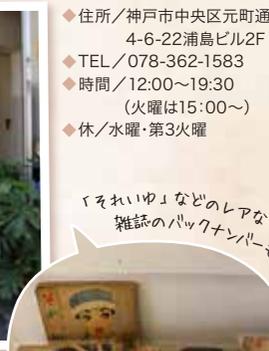


路地裏のドアを開けると現れる本とコーヒーマシーンのお店。料理や旅に関する書籍、洋書や写真集などが背を揃えて並べられ、つつい長居してしまふ友達のおうちのようなリラックスしたムードが魅力。窓際のテーブルや、週末に開放されている2階のソファでは、おいしいコーヒーマシーンを飲みながらゆっくりお気に入りの一冊を探ることができ

神戸の本屋さん、と聞くとどんなイメージをしますか？老舗の専門書店、うずたかく文庫本が積み上げられた古書店、セレクトが洒落た雑貨店のような洋書店：今号で紹介する本屋さん、個性的なお店のカラーを深く深く掘り下げていく古本屋さん。お店に並ぶのは古本だけでなく、選り抜かれた新刊、雑貨やコーヒーマシーン、お酒まで！予測不可能なレジャーハントに出掛けよう！



昼は陽差しが、夜は夜風が気持ち良い窓辺でビールやコーヒーマシーンを楽しめる



「それいゆ」などのレアな雑誌のパックナンバーも



思わぬところにコーヒーマシーン！

- ◆住所／神戸市中央区
下山手通4-13-15
- ◆TEL／078-392-7676
- ◆時間／12:00～19:00
- ◆休／水曜・木曜

- ◆住所／神戸市中央区元町通
4-6-22浦島ビル2F
- ◆TEL／078-362-1583
- ◆時間／12:00～19:30
(火曜は15:00～)
- ◆休／水曜・第3火曜

- ◆住所／神戸市中央区元町通3-3-2
IMAGAWA BLDG.2F
- ◆TEL／050-3692-1329
- ◆時間／12:00～20:00
- ◆休／火曜・第2・4水曜

お店で探してみよう！

知らない世界を旅できるエメラルドボックスが選ぶ、感情を潤す1冊

お店で探してみよう！

女性のためのhoneycombBOOKS*が選ぶ、毎日をもっと大切にしたい1冊

お店で探してみよう！

「美味しいお話」が集まる1003が選ぶ、キッチンに足が向かう1冊

突然ですがここのクイズ！

神戸ゆかりの文学者や作家、神戸が舞台の作品について知ることのできる施設はどこでしょう？

答えは14ページだよ

外国文化が根付く神戸には
おいしいものがいっぱい

E モロゾフ センター街ショップ店



- ◆住所/神戸市中央区三宮町 1-8-1
- ◆TEL/078-391-8718
- ◆時間/11:00~20:00
(カフェラストオーダー19:30)
- ◆休/元日

イートイン テイクアウト



カスタードプリン 324円

プリンといえばモロゾフのカスタードプリン。それくらい、神戸っ子の定番おやつとして浸透しているカスタードプリンの原材料はとてもシンプル。余計な物は加えず、卵、牛乳、砂糖、バニラ香料だけで蒸し焼きにする秘伝のレシピは、誕生当時から現在に至るまで50年以上ほぼ変わらない。なめらかで、やわらかなプリンと、ほのかにビターなカラメルソースは絶妙なコンビネーション。併設のカフェでは、アイスクリームまたは生クリーム、季節のフルーツを添えた特別なプリンを楽しめる。

生誕55周年

こだわりミルクのカスタードプリン 378円

カスタードプリン誕生55周年を記念して、5つの厳選素材にこだわった限定プリンを発売。3月から順次発表されている限定プリン企画の第4弾は、熊本阿蘇の風味豊かなジャージー牛乳をたっぷり使った白いカスタードプリン。販売予定期間は7月15日~8月31日まで。9月には55周年企画ラストを飾るカラメルにこだわったカスタードプリンが登場予定。



「中身だけじゃない?!」
モロゾフプリン
おいしさの秘密

プリンといえばモロゾフ、では、モロゾフのプリンといえば...?関西ではどこの家庭にもあると話題にされることも多い「ガラス容器」。実はこの容器、カラメルソースの浮きを防いで、中心部までムラなく過熱しておいしさを引き出す陰の立役者。軽量化などのため、これまでに5回以上もの試行錯誤を繰り返してきた。モロゾフの過去のキャンペーンでは、この容器をいろいろな場面で活用してほしいと、器にぴったり合うキャップをプレゼントしたことも!



神戸生まれ / 定番おやつ、人気の秘密

神戸とは切っても切り離せない洋菓子。戦争や革命などの理由で海外からやって来て神戸の地を踏んだ菓子職人たちが創立した洋菓子店は、神戸の街でたくさんの銘菓を生み、いつしか日本で愛される定番のおやつになりました。世代を越えて愛されるおいしさの背景にはどんなストーリーがあるのでしょうか?長い歴史と人気の秘密を知って食べる定番おやつは、いつもと少し違う味がするかもしれません。

D ユーハイム 神戸元町本店



- ◆住所/神戸市中央区元町通 1-4-13
- ◆TEL/078-333-6868
- ◆時間/10:00~20:00
(カフェラストオーダー19:30)
- ◆休/水曜日

イートイン テイクアウト



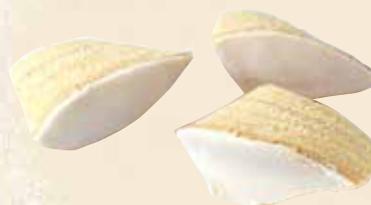
バウムクーヘンリング[®] 15 1,620円

自然の素材の風味を大切に100年以上も引き継がれてきたバウムクーヘン。ドイツ出身の創始者カール・ユーハイムは、第一次世界大戦中に捕虜として中国・青島から日本へ連行され、1919年、日本で初めてのバウムクーヘンを焼くこととなった。戦争、収容生活、震災などの苦難を経て妻エリゼとともに神戸にユーハイムを開店したのが1923年。以来、ユーハイム夫妻のこだわり「体のためになるから美味しい」を軸に、自然のものを自然のまま使ったレシピは、しっとり食感と国産バターの厚みある風味で親しまれている。

神戸元町本店限定

マイスターの手焼きバウム 1枚108円

ドイツには、最高の技術と豊富な経験を有する職人に与えられる「マイスター」という国家資格がある。本店では、この資格を持つ一流菓子職人 マイスター手焼きのバウムクーヘンをその場で切り落として販売している。などらかな曲線で横にカットされているのが特徴的。



「ドイツは「お菓子の王様」といわれているバウムクーヘンは、突然ですがここでクイズ!
ドイツ語で何を意味しているでしょう?
答えは14ページだよ



シティー・ループバス

新神戸・三宮・北野異人館・南京町・メリケンパーク・ハーバーランドなど主要観光地を巡るバス。各バス車両にはルート沿線でゆかりのある愛称がついており、座席のシートカラーは愛称に合わせた色に。1周約63分で、1時間に3〜5便走っているよ!

- ◇1回乗車券
中学生以上260円、小学生以下130円
- ◇1日乗車券
中学生以上660円、小学生以下330円
- ◇神戸交通振興株式会社
TEL/078-304-2226

Lunch

1 カフェ・ハル(喫茶)

住所/神戸市中央区北長狭通7-1-8
TEL/090-8526-6732
時間/10:00~20:00
(土・日曜・祝日は~18:00)

休/水曜
海藻類 使用していない

2 ふみつぎ。(和食)

住所/神戸市中央区楠町1-1-11
TEL/078-764-7788
時間/11:30~14:30、18:30~22:30
休/不定休

海藻類 使用している

3 唐人道(中華)

住所/神戸市中央区花隈町32-11 1F
TEL/078-362-1881
時間/11:30~14:00、17:00~21:30
休/日曜

海藻類 使用していない

ヨウ素制限中は外食も注意しましょう。海藻類、昆布だしにヨウ素が多く含まれています。注文時に各店舗で確認し、摂取しないようにしてください。

楽しいランチタイムを!!



今回の表紙は
1003

4月に
リニューアル♪

ついでにここも!!
神戸の町を楽しもう

元町・三宮 MAP

12星座占い

HOROSCOPE

2017年7月～9月の運勢

牡牛座 [4/20～5/20]

家族や職場の人、年下の人との関係を見直してみよう。

ラッキーアイテム
水玉模様のハンカチ

蟹座 [6/22～7/22]

素敵な買い物ができる時。欲しかった物を選んで。

ラッキーアイテム
カラフルな財布

乙女座 [8/23～9/22]

近くに潜むライバルや不確かな情報に注意して。

ラッキーアイテム
ミントチョコアイス

蠍座 [10/24～11/22]

目上の人には反発せず学ぶ姿勢でいると吉。

ラッキーアイテム
写経グッズ

山羊座 [12/22～1/19]

機が熟すのを待つ忍耐が必要。焦らず準備して。

ラッキーアイテム
納豆巻き

魚座 [2/19～3/20]

仕事や用事が多過ぎて疲れがち。奉仕精神はほどほどに。

ラッキーアイテム
金魚柄

KIALA 西洋占星術師・タロット占術家 元町商店街 ジェム占いの街 6階で鑑定中

牡羊座 [3/21～4/19]

勢いが余り気味。体を動かしてバランス改善を。

ラッキーアイテム
ストレッチ用具

双子座 [5/21～6/21]

冒険心たっぷり旅に出るのが最適。海外がオススメ。

ラッキーアイテム
新しいトランク

獅子座 [7/23～8/22]

交渉や勝負事は有利に運びそう。実力を試してみよう。

ラッキーアイテム
赤い下着

天秤座 [9/23～10/23]

自分の能力を過信しがち。友達のアドバイスを聞こう。

ラッキーアイテム
風鈴

射手座 [11/23～12/21]

キャンプやドライブなど、アクティブに過ごすのがハッピー。

ラッキーアイテム
カーキ色のリュック

水瓶座 [1/20～2/18]

吉凶混合。楽観的になり過ぎない方がうまくいきそう。

ラッキーアイテム
メタリックで都会的な家具

皆様からのご意見

EVERYONE'S VOICE

自販機の飲料(缶コーヒーなど)が全て冷たい物のみでしたが、体調の悪い時、温かい物が欲しい人もいますので、温かい飲料も販売していたきたいと思います。



貴重なご意見ありがとうございます。販売元に確認したところ、温かいお飲み物は夏場の品質管理が難しいため設置を見送っていると回答がありました。恐れ入りますがご理解の程、よろしく願いいたします。代替案として1階に常温の自販機を設置いたしました。ぜひご利用ください。

受診者が多く、待ち合い(ロビー)に補助イスを用意されるのは良いと思いますが消防設備の前には置かないでほしいです。まさにこの「ご意見箱」の左隣です。



ご指摘ありがとうございます。補助イスを設置した際に、配慮が至らず消防設備の前に置いてしまったようです。受付スタッフのほか、清掃スタッフ、防災センター等にも声掛けをし、防災設備の前には物を置かないことを再度周知徹底いたしました。今後は同事例の発生を防ぐとともに、もし発生しても気付いたスタッフが適切な対応ができるよう、職員の方の質のさらなる向上に努めてまいります。

ご意見・ご要望は各階に設置しているご意見箱へお気軽にお寄せください。



「ゲゲゲの鬼太郎」生みの親

追悼水木しげる ゲゲゲの人生展

大丸神戸店 9階大丸ミュージアム(神戸)
2017年7月26日(水)～8月14日(月)

2015年に他界した水木しげるの回顧展。水木プロダクションの全面協力により、少年期の習作、漫画・妖怪画の原稿など130点以上や愛用の私物、書斎の再現、家族へのインタビューなど貴重な資料が集結する圧巻の展覧会です。

【住所】神戸市中央区明石町40
【時間】10:00～20:00(最終日は17:00まで)
※入場は閉場30分前まで
【休】開催期間中は無休
【料金】一般 1,000円、中高大生 800円、小学生 300円、小学生未満無料
【TEL】078-331-8121



▲水木しげるとその作品たち1
2010年頃



▲甲子園口
1940年頃
©水木プロダクション

夏の神戸はイベントが盛りだくさん!

EVENTS GUIDE

ハサミで切り出す自然の世界

今森光彦 自然と暮らす切り紙の世界

神戸ファッション美術館
2017年7月13日(木)～10月9日(月・祝)

世界中の大自然を渡り歩く写真家・ペーパーカットアーティスト今森光彦氏の暮らしと、選りすぐりのペーパーカット最新作品、写真作品を展示。豊かな自然と共存する今森氏の世界観を体験してください。

【住所】神戸市東灘区向洋町中2-9-1
【時間】10:00～18:00
(入館は17:30まで)
【休】月曜(祝日の場合は翌平日)
【料金】一般500円、
小中高生・65歳以上250円
【TEL】078-858-0050

▼ハンサーカメレオンとバキボディウム



▲ゲンジボタル

幸せの国を読み解く

「ブータン ～しあわせに生きるための ヒント～」

兵庫県立美術館
～2017年9月3日(日)

ヒマラヤ山脈東端に位置するブータン王国は、国勢調査で約97%の国民が「幸せ」と回答し、話題を呼びました。豊かな自然や伝統文化、ブータン仏教や信頼される王室などさまざまな面からブータン流幸せの根源を探ります。

【住所】神戸市中央区脇浜海岸通1-1-1
【時間】10:00～17:00
【休】月曜(祝日の場合は翌平日)
【料金】一般1,400円、大学生1,000円、70歳以上700円、高校生以下無料
【TEL】050-5542-8600(ハローダイヤル)



▲(八千頌般若波羅密多教)
13世紀 金書 ブータン王国国立図書館



《キンマ容器(ティミイ、チャカー)》▲▲
20世紀 銀に鍍金
ブータン王国国立博物館

8ページ クイズの答え

神戸文学館。(神戸市灘区王子町3-1-2)元チャペルで、レンガ造りの趣きのある建物がすてき。神戸ゆかりの作品を閲覧できるコーナーもあります。

10ページ クイズの答え

「木の菓菓子」。確かに、焼き上がりの断面は、木の年輪のようですね。



クイズの答え

ANSWER

7ページと11ページにボクが隠れているよ! 見つけてね!



当院の理念

- 隈病院は甲状腺疾患中心の専門病院として最高の医療を均等に提供すること。
- 隈病院は甲状腺専門病院としての社会的役割を果たすこと。
- 隈病院は診療において患者中心の全人的医療を目指すこと。
- 隈病院は職員が誇りを持って働ける病院を目指すこと。

患者の皆様への権利

- 公平に良質な医療を受ける権利
- 医師や医療機関を自由に選ぶ権利
- 治療方針を自ら決定できる権利
- 自らの診療上の情報を知る権利
- 個人の情報が保護される権利

当院の方針

インフォームド・ コンセントの徹底

医師は、診断、治療方針について患者の皆様が納得いくまで説明を行っております。もし、納得できないこと、判らないことがあれば、担当の医師にご遠慮なくお尋ねください。医師から提案された治療法に納得がいかない場合は拒否できます。この際、当院では代わりにどのような治療法があるかを明確にご説明いたします。なお、医学的に妥当ではない治療は当院では行っておりませんので、あらかじめご了承ください。

病名告知の徹底

当院では、診断名、治療法、今後の見通しについて、はっきりありのまま告げる方針にしています。患者の皆様が本当のことを知って治療を受けられることが大切だと考えるからです。

患者の皆様による 医師の選択

当院では相性の良い医師を探すことができます。何かご不満がある場合には他の医師に変更することが可能です。また、担当以外の医師に相談することもできます。医師の変更や、他の医師への相談をご希望の方はインフォメーションまたは医療相談室までお申し出ください。

医療相談室の設置

看護本部本部長による医療相談室を設置しています。病気のことはもちろん、個人的なお悩み(ご自身の心の問題、ご家族や職場のお悩み等)の他、治療についての不満や担当医師と相性が合わないといった直接医師には言いにくいこと等、どのような内容でもお気軽にご相談ください。当院にはカウンセリングセンターも設置しています。ご希望により医師を通じて紹介いたします。まずはインフォメーションまでお申し出ください。

他院との連携

必要に応じ、当院から他の医療機関へのご紹介を行っております。他の医療機関にかかっておられる方でも、当院に現在の治療法で良いか相談していただけます。治療は今までの医療機関で受けていただいても問題ありません。

個人情報保護と 情報開示

当院では、個人情報の保護に積極的に取り組んでおり、個人情報の利用目的に関して皆様に公開しております。また、当院が有する個人情報はご本人様へ開示しています。詳しくは「隈病院における個人情報の取り扱いについて」をご覧ください。

休診のお知らせ

2017年

8月14日(月)・15日(火)
お盆休みのため休診

12月28日(木)
午後休診

12月29日(金)～12月31日(日)
年末休みのため休診

2018年

1月1日(月)～1月8日(月)
年始休みのため休診

1月9日(火)
午後休診

なお、各医師の休診日は個別にお問い合わせください。

当院から皆様へのお願い

安全でよりよい医療を実現するため、
医療従事者だけではなく皆様のご協力が必要です。

- ご自身の健康に関する情報はできるだけ正確にお伝えください。
- 治療に関して十分質問をして、理解した上でお受けください。
- 当院からお渡しする書類がご本人のものか必ずご確認をお願いします。
- 他の患者様や、当院の診療に支障をきたすことが無いよう、病院のルールや社会的ルール、病院職員の指示をお守りください。

再診予約のお願い 98日(14週)前から予約可

スムーズな診察が行えるよう再診は予約が原則となっております。

インターネットから24時間再診予約できます

受付は3日午の午後2時まで(休診日を除く)
予約の確認や日時変更、キャンセルもできますのでぜひご利用ください。

◆PC・スマートフォンの方はこちら

<https://3713721.jp>

◆予約専用ダイヤル(受付午前8時30分～午後5時)

☎078-371-0489